

مقایسه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان ها در پرستاران بخش های ویژه

و عمومی مراکز آموزشی درمانی شهر قزوین در سال ۱۳۹۵

چکیده:

مقدمه: موفقیت همه جانبه ی افراد در زندگی علاوه بر توانایی عقلایی، مستلزم احراز شایستگی های کافی در زمینه مدیریت هیجان است. هیجان ها نقش مهمی در جنبه های مختلف زندگی نظیر سازگاری با تغییرات زندگی و رویدادهای استرس زا ایفا می کنند. مهارت تنظیم هیجان ها به ویژه در مشاغل پر استرسی نظیر پرستاری که مواجهه روزانه با سلامتی جسمی و روانی افراد دارد، اهمیت فزاینده ای پیدا می کند. لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان ها در پرستاران بخش های ویژه و عمومی مراکز آموزشی درمانی شهر قزوین در سال ۱۳۹۵ انجام شد.

روش ها: پژوهش حاضر، یک مطالعه توصیفی _تحلیلی بود که بر روی ۱۹۳ پرستار شاغل در مراکز آموزشی درمانی شهر قزوین به شیوه نمونه گیری تصادفی طبقه ای انجام شد. جهت جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه ۳۶ سوالی تنظیم شناختی هیجانی CERQ استفاده شد، تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS 18. و با استفاده از آمار توصیفی (جدول و نمودار) و آمار استنباطی (آزمون تی تست، آنووا و ضریب همبستگی پیرسون، آزمون رگرسیون خطی چندگانه) انجام شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که پرستاران بخش اورژانس با میانگین و انحراف معیار $11/52 \pm 11/16$ بالاترین نمره را در راهبردها دارا بودند. بین سن و نمره کل راهبردهای شناختی ($p < 0/03$ ، $B = 1/138$) و بین تحصیلات و استفاده از راهبردهای شناختی ($p < 0/028$ ، $B = -4/423$) ارتباط آماری معنی داری وجود داشت. با توجه به ضریب تعیین $0/23$ ($R \text{ square} = 0/235$) متغیرهای موجود در مدل رگرسیونی توانسته ۲۳ درصد از تغییرات در امتیاز راهبردها را پیش بینی نماید.

نتیجه گیری: با توجه به لزوم توجه به راهبردهای تنظیم شناختی هیجان ها با هدف کنترل آگاهانه هیجانات روزانه برگزاری دوره های آموزشی برای پرستاران جهت سازگاری با ماهیت پر استرس حرفه پرستاری علی الخصوص در بخش های ویژه و پیشگیری از فرسودگی شغلی پیشنهاد می شود.